



PENGENALAN DAN ISU-ISU BERKENAAN REMAJA & TEORI PERKEMBANGAN REMAJA (PART 2)

ASSOC.PROF. DR AZIZI HJ.YAHAYA

Perkembangan Fizikal Remaja

- Pada zaman remaja, fizikal remaja mengalami perubahan yang ketara dan tiba-tiba.
- Sifat seksual kedua seperti bulu badan, pertambahan lemak badan, perkembangan otot, dan kematangan organ seksual akan timbul dalam perubahan fizikal remaja.
- Terdapat perubahan wujud bersama pada lelaki dan perempuan, iaitu saiz badan, peningkatan kekuatan tenaga dan stamina.

sambungan.....

- Remaja yg mampu menyesuaikan diri mempunyai ciri-ciri spt suka bekerjasama, simpati, mudah akrab, disiplin dll.
- Remaja yg tidak mampu menyesuaikan diri mempunyai ciri-ciri spt suka menonjolkan diri, menipu, suka bermusuhan, egoistik, merendahkan orang lain, buruk sangka dsb.

Perkembangan Fizikal

- Baligh merupakan perubahan biologi yang menandakan permulaan remaja.
- Ianya bermula apabila tahap hormon yang memasuki saluran darah meningkat ekoran respon kepada isyarat daripada bahagian otak iaitu hipotalamus.
- Apabila tahap pertumbuhan hormon bertambah dalam badan, lonjakan pertumbuhan kanak-kanak dengan tiba-tiba akan berlaku. Lonjakan ini merupakan tanda yang nyata tentang permulaan akil baligh.
- Perkara yang paling ketara semasa baligh adalah perkembangan pematangan seksual iaitu kebolehan pembiakan.

Perkembangan Remaja Awal

- Secara purata anak-anak perempuan lebih pendek daripada lelaki semasa kanak-kanak,
- Mulai tumbuh pesat, menjadi lebih tinggi dan lebih berat diantara usia 10 dan 12 tahun.
- Kebanyakan kanak-kanak perempuan bertambah sekitar 5 cm setiap tahun.
- Pertumbuhan yang perlahan mengikutinya hingga seseorang wanita mencapai ketinggian maksimum sekitar umur 16 atau 17 tahun.

10 hingga 13 tahun (remaja awal)

- Badan bertambah gagah
- Otot-otot membesar
- Bahu melebar
- Dada menjadi bidang
- Suara menjadi garau

Perkembangan Remaja Pertengahan

- Apabila remaja mulai mencapai umur 14 atau 15 tahun, perubahan-perubahan fizikal menjadi semakin perlahan.
- Mereka bersedia menerima perubahan fizikal mereka yang baru.

CONTINUE...